

Woche 1	Vollkost	Leichte Vollkost	Vegetarische Kost
Montag 03.05.2021	Rindergulasch mit Mischpilzen und Nudeln Nährwert: 576 kcal / Allergene: c,1,6,9	Gedünstetes Seelachsfilet mit Senfsoße, Buttermöhren und Kartoffeln Nährwert: 304 kcal / Allergene: 1,3,4,6,7,9,10	Gefüllter Gemüsecrêpe mit Kräutersoße Nährwert: 364 kcal / Allergene: 1,3,7,9
Dienstag 04.05.2021	Gyrospfanne mit Gemüsereis und Tsatsiki Nährwert: 894 kcal / Allergene: b,1,3,6,7,9,10	Hühner-Nudeleintopf mit buntem Gemüse dazu Vollkornbrot Nährwert: 465 kcal / Allergene: 1,3,6,7,8,9,10,11	Schnitzel mit Käsefüllung, Grillgemüse, Kartoffelpüree und Wildpreiselbeeren Nährwert: 446 kcal / Allergene: 1,3,7,9
Mittwoch 05.05.2021	Nudeln Bolognese dazu geriebener Hartkäse Nährwert: 562 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Putenbruststeak mit Spargel in holländischer Soße und Kartoffeln Nährwert: 322 kcal / Allergene: 3,7	Kartoffelpuffer mit Apfelkompott Nährwert: 618 kcal / Allergene: c,1,3
Donnerstag 06.05.2021	Gegrilltes Hähnchenbrustfilet mit Jägersoße und Schupfnudeln Nährwert: 418 kcal / Allergene: c,1,3,6,7,8,9,10	Königsberger Klopse mit feiner Kapernsoße und Kartoffeln, Rote Bete Salat Nährwert: 552 kcal / Allergene: i,3,7	Tortellini mit Ratatouille in Tomatensoße Nährwert: 758 kcal / Allergene: 1,3,7,9
Freitag 07.05.2021	Roter Heringssalat mit Butter-Möhren und Kartoffeln Nährwert: 673 kcal / Allergene: a,b,i,1,3,4,7,9,10	Züricher Rindergeschnetzeltes mit Wildreismix Nährwert: 371 kcal / Allergene: c,1,3,7,9,10	Gekochte Eier mit Senfsoße, Kartoffeln und Rotkrautsalat Nährwert: 435 kcal / Allergene: b,c,3,7,10
Samstag 08.05.2021	Putencurrygeschnetzeltes mit Couscous und Farmersalat Nährwert: 630 kcal / Allergene: 1,2,3,4,6,7,9,10,14	Schweinerücken mit Bratensoße, Kaisergemüse und Spätzle Nährwert: 384 kcal / Allergene: 1,3,6,7,9,10	Gemüsestrudel mit Petersiliensoße Nährwert: 270 kcal / Allergene: 1,3,7,9
Sonntag 09.05.2021	Gebratenes Schweinesteak mit gebundenem Bohnengemüse und Kartoffeln Nährwert: 264 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10	Hähnchenbrustfilet mit Basilikumrahmsoße, Broccoli und Kartoffeln Nährwert: 317 kcal / Allergene: 1,9	Pikantes Chili sin Carne mit Bohnen, Mais und Reis Nährwert: 270 kcal / Allergene: 6,9

Alternativ können Sie täglich das Schnitzelgericht oder eine Süßspeise wählen.
Zu jeder Mittagsmahlzeit bieten wir Ihnen ein täglich wechselndes Dessert oder frisches Obst an. Die Kennzahlen beziehen sich auf Zusatzstoffe oder Allergene und werden Ihnen durch die Verpflegungsmitarbeiter näher erläutert. Bei den genannten Nährwerten handelt es sich um kalkulatorische Durchschnittswerte. Für Fragen, Kritik und Anregungen stehen wir gern persönlich zur Verfügung oder Sie senden uns eine E-Mail: umrservice@umr-service.de

**Schnitzel
mit Mischgemüse und Kartoffeln**

Nährwert: 369 kcal / Allergene: 1,3,7,9,10

**Milchreis / Eierpfannkuchen / Grießbrei mit
Apfelmus / Beerengrütze / Zimt & Zucker**

Nährwert: ~400 kcal / Allergene: c,1,3,6,7

Wir wünschen Ihnen einen guten Appetit!